

# Kompetensi Konselor Sekolah dalam Pengentasan Masalah Siswa melalui Bimbingan Kelompok *Ego-State*

**Khairani**  
Khairani056@gmail.com  
Universitas Negeri Padang

## **ABSTRACT**

*Konselor sekolah memegang peranan penting dalam menunjang pengembangan diri siswa. Kenyataan menunjukkan bahwa tidak semua siswa dapat menjalani proses pendidikannya dengan lancar, adakalanya mereka mengalami berbagai hambatan yang dapat mengganggu tercapainya perkembangan yang optimal. Melalui pelayanan yang diberikan oleh Konselor diharapkan siswa akan terbantu dalam mencapai cita-cita dan perkembangannya. Namun demikian masih ada siswa yang enggan menjumpai konselor sekolah untuk berkonsultasi tentang keadaan yang mereka alami. Hal ini menjadi tantangan bagi konselor untuk lebih meningkatkan perannya dalam memberikan pelayanan bagi siswa. Di sisi lain pelayanan yang dilakukan secara profesional sangat dibutuhkan oleh setiap siswa, baik dalam pengentasan masalah maupun untuk pengembangan pribadi guna mencapai perkembangan yang optimal. Karena itu peningkatan kompetensi Konselor sekolah menjadi suatu kebutuhan profesional yang perlu mendapat perhatian, antara lain melalui kegiatan pelatihan. Pelatihan konseling kelompok Ego-State bagi guru BK merupakan kegiatan yang dapat meningkatkan kemampuan profesional konselor sekolah. Selanjutnya dapat dimanfaatkan dalam membantu, serta meningkatkan motivasi siswa untuk memanfaatkan layanan BK di sekolah dalam meningkatkan keprofesional dalam memberikan layanan.*

Kata kunci : Bimbingan kelompok *ego -state*, Layanan BK

*Published by Asosiasi Bimbingan dan Konseling Indonesia, 27-29 April 2019*

---

## **PENDAHULUAN**

Kemajuan teknologi dan informasi, di era digital dewasa ini membawa berbagai dampak pada berbagai aspek kehidupan, baik positif maupun negative. Dampak tersebut dapat dilihat pada semua tingkatan usia, mulaidari anak, remaja, paroh baya sampai pada orang yang sudah tergolong lanjut usia pun tidak luput dari pengaruh tersebut. Pengaruh tersebut semakin marak dengan tersedianya dan berkembangnya industri berkaitan dengan perangkat penunjang seperti alat/ dan media komunikasi yang mudah didapat. Perangkat tersebut dilengkapi dengan berbagai fitur yang memungkinkan orang melakukan berbagai aktifitas dalam kehidupannya, baik yang bersifat konsumtif, hiburan, mencari uang, malahan ada yang berkaitan tindak kejahatan atau bersifat kriminalitas.

Hasil penelitian mengungkapkan pada umumnya remaja menggunakan media sosial. Penelitian ini juga menunjukkan secara signifikan bahwa remaja yang bermedsos tersebut merasa kurang bersemangat dan merasa lelah pagi harinya saat mereka berada di sekolah (Republika, 20/10/2018). Secara fisik jelas kualitas tidur mereka menjadi terganggu, apalagi mereka berada pada periode remaja. Secara keseluruhan mereka belum matang dan mereka masih berada dalam proses perkembangan untuk mencapai perkembangan yang optimal.

Keadaan ini membuat siswa sebagai remaja berada pada kondisi yang rentan terhadap timbulnya berbagai masalah. Sebagai remaja, mereka berada pada periode transisi, masih mencari identitas diri, dengan kondisi emosi yang masih labil. Oleh sebab itu guru BK sebagai

tenaga profesional di sekolah berkewajiban membantu siswa dan mewujudkan perannya, agar siswa dapat menjalani kehidupannya secara sehat, dan dapat mencapai perkembangan yang optimal. Hal ini sesuai dengan visi profesi konseling, yaitu terwujudnya kehidupan kemanusiaan yang membahagiakan melalui penyediaan pelayanan bantuan yang mampu memberikan dukungan perkembangan dan pengentasan masalah agar individu berkembang secara optimal, mandiri dan bahagia (Dirjen Dikti, 2003).

Guru BK sebagai tenaga profesional selayaknya mengembangkan diri dan meningkatkan keterampilan untuk dapat memberikan pelayanan yang lebih menarik dan sesuai dengan kebutuhan siswa. Peningkatan kemampuan guru BK dalam melaksanakan bimbingan kelompok *Ego-state* merupakan suatu pengembangan dan pengayaan dalam penyelenggaraan bimbingan kelompok yang biasanya dilakukan secara tradisional, dengan demikian guru BK/Konselor akan dapat memberikan pelayanan yang lebih bervariasi. Berkaitan dengan hal tersebut, maka bahasan berikut ini difokuskan pada; “masalah perkembangan siswa, kompetensi konselor, dan aplikasi konseling kelompok *ego-state*”.

## PEMBAHASAN

### 1. Kompetensi Konselor

Kompetensi konselor mencakup kompetensi akademik dan profesional. Kompetensi akademik merupakan landasan ilmiah dalam pelaksanaan pelayanan profesional bimbingan dan konseling. Kompetensi akademik sebagai landasan bagi pengembangan kompetensi profesional, yang meliputi: (1) memahami secara mendalam konseli yang dilayani, (2) menguasai landasan dan kerangka teoretik bimbingan dan konseling, (3) menyelenggarakan pelayanan bimbingan dan konseling, dan (4) mengembangkan pribadi dan profesionalitas konselor secara berkelanjutan. (PermenDikNas No.27 th 2008).

Konselor sekolah harus memiliki kemampuan dan kompetensi yang profesional seperti yang dikemukakan Belferik Manullang (Efendi, 2017) kompetensi meliputi tujuh hal yaitu 1) menguasai ilmu pengetahuan pada bidang yang ditekuni, 2) menguasai teknologi pada bidang yang ditekuni, 3) mampu berpikir logis, 4) mampu berpikir analitik, 5) mampu berkomunikasi secara lisan dan tulisan, 6) mampu bekerja mandiri dan 7) bekerja dalam tim kerja. Hamzah B. Uno (Efendi, 2017)

menjelaskan bahwa kompetensi profesional seorang guru adalah seperangkat kemampuan yang harus dimiliki oleh seorang guru agar dapat melaksanakan tugasnya dengan baik, adapun kompetensi yang harus dimiliki seorang guru terdiri dari 3 (tiga), yaitu kompetensi pribadi, kompetensi sosial dan kompetensi profesional.

Kompetensi profesional berorientasi pada pengalaman dan kemampuan praktik lapangan, yang ditumbuhkan serta diasah melalui proses latihan, dengan menerapkan teori-teori tertentu seperti aplikasi bimbingan kelompok dengan menggunakan teori *ego-state*.

Bimbingan kelompok secara khusus bertujuan untuk mencapai hal-hal berikut; 1) melatih siswa untuk berani mengemukakan pendapat di hadapan teman-temannya, 2) melatih siswa dapat bersikap terbuka di dalam kelompok, 3) melatih siswa untuk dapat membina keakraban bersama teman-temannya, 4) melatih siswa untuk dapat mengendalikan diri dalam kegiatan kelompok, 5) melatih siswa untuk dapat bersikap tenggang rasa dengan orang lain, 6) melatih siswa memperoleh keterampilan sosial, 7) membantu siswa mengenali dan memahami dirinya dalam hubungannya dengan orang lain (Prayitno, 1995).

### 2. Konsep Konseling Analisis Transaksional (AT)

Analisis transaksional (selanjutnya akan ditulis dengan singkatan AT) merupakan salah satu pendekatan psikoterapi dalam konseling yang mana dalam pendekatan AT ini lebih mengutamakan interaksi antara individu yang satu dengan yang lainnya baik verbal maupun non verbal. Pendekatan ini dapat diberikan baik dalam konseling individual maupun kelompok, tapi akan lebih mudah diamati bila dilakukan dalam kelompok karena konselor secara langsung bisa melihat interaksi dan komunikasi antara semua anggota kelompok (*games people play*) (Putri, 2017).

AT berbeda dengan sebagian terapi lain dalam arti AT adalah suatu konseling kontraktual dan desisional. AT juga berfokus pada putusan-putusan awal yang dibuat oleh klien, dan menekankan kemampuan klien untuk membuat putusan- putusan baru. AT menekankan aspek-aspek kognitif-rasional-behavioral dan berorientasi kepada peningkatan kesadaran sehingga klien akan mampu membuat putusan-putusan baru dan

mengubah cara hidupnya (Kadek Maepin & Suarni, 2012).

Analisis transaksional (AT) dimulai oleh Erick Berne, ide analisis transaksional terutama berguna untuk membantu remaja memperbaiki hubungan mereka untuk memahami prinsip-prinsip komunikasi yang efektif dan menghargai orang lain dalam kehidupan. Konsep analisis transaksional menarik bagi banyak terapis karena memberikan penjelasan-penjelasan mengenai perilaku-perilaku komunikasi yang mudah diikuti (Geldard Kathryn & G. David, 2009).

Komunikasi antar pribadi merupakan proses yang melibatkan perilaku satu individu dengan individu yang lainnya, yang dikenal dengan istilah transaksi. Transaksi dimaksud merupakan pertukaran pesan-pesan baik verbal maupun nonverbal selama berkomunikasi. Analisis transaksional bertujuan untuk mengkaji secara mendalam proses transaksi (siapa-siapa yang terlibat di dalamnya dan pesan apa yang dipertukarkan).

Analisis transaksional meyakini bahwa pada diri setiap manusia itu terdapat unsur-unsur kepribadian yang terstruktur dan itu merupakan suatu kesatuan yang disebut dengan "ego state" atau pernyataan ego (Hansen dalam Taufik, 2002). Nelson Richard (2006:234) menjelaskansetiap kepribadian manusia memperlihatkan tiga macam ego state: *Parent, Adult, dan Child*. Saat individu berkomunikasi dalam sebuah kelompok sosial secara dominan memperlihatkan salah satu keadaan ego. *Ego state* yang terjadi pada individu dapat diklasifikasikan sebagai berikut:

a. *Ego state child*, yaitu pernyataan ego dengan ciri-ciri pribadi anak seperti manja, riang, lincah, cengeng, rewel, tingkah laku lucu dan sebagainya. *Ego state child* ini juga terdiri dari tiga bagian yaitu, (1) *adapted child* atau kekanak-kanakan, unsur ini kurang baik apabila ditampilkan oleh seseorang dalam berkomunikasi, karena sering tidak disukai oleh orang lain dan tidak menunjukkan adanya kematangan dalam memperoleh sentuhan; (2) *natural child ego state* anak yang alamiah yaitu bebas dan senang, ini dianggap baik, *natural child* ini menunjukkan kealamiah dan tidak dibuat-buat serta bersifat spontan; (3) *little professor* sering digunakan seseorang untuk menciptakan suasana yang lucu dan menyenangkan.

b. *Ego state parent* yaitu pernyataan ego orang tua. *Ego state* ini diwarnai oleh moral dan nilai-nilai. *Ego state* ini terbagi dua yaitu, (1) *critical parent* yaitu orang tua yang selalu mengkritik, bagian ini dinilai sebagai penampilan ego state yang kurang baik. Unsur ego state ini apabila muncul dalam tingkah laku sering berbentuk omelan, judes, mengkritik dan sebagainya; (2) *nurturing parent*, orang tua yang merawat wujud tingkah lakunya seperti merawat, dan membimbing.

Sikap orangtua yang diwakili dalam perilaku dapat terlihat dan terdengar dari tindakan maupun tutur kata atau ucapan-ucapannya. Seperti tindakan menasihati orang lain, memberikan hiburan, menguatkan perasaan, memberikan pertimbangan, membantu, melindungi, mendorong untuk berbuat baik adalah sikap yang *nurturing parent* (NP). Sebaliknya ada pula sikap orang tua yang suka menghardik, membentak, menghukum, berprasangka, melarang, semuanya disebut dengan sikap yang *critical parent* (CP).

c. *Ego state adult* yaitu pernyataan ego orang dewasa, dengan ciri-ciri realistis, berdasarkan pemikiran apa adanya, memaparkan fakta, dengan melalui proses menimbang mengingat dan memutuskan. *Ego state* ini diwarnai oleh penekanan pada rasio dan kenyataan.

d. Setiap individu menurut Berne memiliki sikap orang dewasa. Sikap orang dewasa umumnya pragmatis dan realistis, mengambil kesimpulan atau keputusan berdasarkan fakta-fakta yang ada, suka bertanya, mencari informasi, menunjukkan fakta-fakta, bersifat rasional, tidak emosional, bersifat objektif dan sebagainya.

Sikap lain yang dimiliki setiap individu adalah ego state anak-anak. Dibedakan antara *natural child* (NC) yang ditunjukkan dalam sikap ingin tahu, berkhayal, kreatif, memberontak. Sebaliknya yang bersifat *adapted child* (AC) adalah mengeluh, ngambek, suka pamer, dan bermanja diri.

### 3. Pengenalan Posisi Hidup (*Life Positions*)

Bimbingan kelompok pendekatan analisis transaksional melihat kebutuhan untuk memperoleh posisi hidup, ialah hubungan yang dirasakan oleh seseorang

antara diri sendiri dengan orang lain. Misalnya orang berkata pada diri sendiri bagaimana keadaan (posisi) hidup saya ketika berhubungan dengan orang lain. Analisis transaksional menurut Stewart I & Joines Vann (2008) membagi empat posisi hidup yang sering dipilih oleh seseorang:

- a. Saya OK, kamu OK. Posisi ini adalah posisi yang dipilih seseorang apabila dia merasa dirinya baik (OK) dan orang lain dirasakan juga baik (OK). Orang yang berada pada posisi ini, hubungan yang dilakukannya sedang berjalan dan meningkat kearah yang lebih baik dan berjalan secara evolusioner (berubah secara lambat). Remaja yang termasuk pada perilaku agresif dapat dibangun posisi hidupnya saya OK kamu OK. Perilaku agresif dan kenakalan yang terjadi pada remaja disebabkan karena posisi hidupnya tidak bisa seperti ini.
- b. Saya OK kamu tidak OK. Posisi hidup yang dipilih seseorang apabila dia merasa dirinya baik (OK) dan orang lain tidak OK. Hubungan ini sifatnya cenderung merubah pihak kedua, biasanya bersifat *revolusioner* (berubah cepat). Orang yang memilih posisi ini misalnya seperti orang yang bersiteru dengan orang lain, seperti terjadinya pertentangan, perkelahian atau selisih paham.
- c. Saya tidak OK kamu OK. Orang yang berada pada posisi ini merasa dirinya tidak baik dan hanya orang lain yang baik (OK). Hubungan yang dirasakannya adalah hubungan yang mengubah "saya oleh kamu" dan sifat hubungannya adalah *devolusioner* (mundur secara lambat). Orang yang berada pada posisi ini pada dirinya ada perasaan takut, terancam, terhina, rendah diri dan sebagainya.
- d. Saya tidak OK kamu tidak OK. Orang yang berada pada posisi ini merasa bahwa dirinya sendiri tidak berdaya dan orang lain dirasakannya juga tidak berdaya. Contohnya adalah orang putus asa, frustasi dan sebagainya.

Dalam memenuhi kebutuhan hidup untuk memperoleh sentuhan, individu selalu menempati tipe-tipe transaksi tertentu. Geral Corey (1999) membagi jenis transaksi menjadi tiga :

- a. Transaksi sejajar, adalah individu yang berkomunikasi dengan penampilan *ego state* tertentu dan ditujukan pada penampilan *ego state* tertentu pula, maka respon orang yang menjadi lawan komunikasinya, ditampilkan juga seperti apa yang diharapkan. Transaksi komplementer adalah jenis transaksi yang terbaik dalam komunikasi antar pribadi karena terjadi kesamaan makna terhadap pesan yang mereka pertukarkan, pesan yang satu dilengkapi oleh pesan yang lain meskipun dalam jenis sikap ego yang berbeda.
- b. Transaksi silang, adalah penampilan *ego state* seseorang dan respon yang diharapkan tidak sejajar atau silang yaitu tidak sebagaimana yang diharapkan. Transaksi silang terjadi manakala pesan yang dikirimkan komunikator tidak mendapat respon sewajarnya dari komunikan. Akibat dari transaksi silang adalah terputusnya komunikasi antar pribadi karena kesalahan dalam memberikan makna pesan.
- c. Transaksi terselubung, adalah penampilan *ego state* oleh orang yang berkomunikasi tersebut memiliki maksud yang terselubung seperti kiasan atau sindiran dan sejenisnya.

#### 4. Manfaat Bimbingan Kelompok Analisis Transaksional

Terapi Analisis Transaksional adalah psikoterapi transaksional yang dapat digunakan dalam terapi individual, tetapi lebih cocok untuk digunakan dalam kelompok. AT berbeda dengan sebagian terapi lain dalam arti AT adalah suatu konseling kontraktual dan desisional. AT juga berfokus pada putusan-putusan awal yang dibuat oleh klien, dan menekankan kemampuan klien untuk membuat putusan-putusan baru. AT menekankan aspek-aspek kognitif-rasional-behavioral dan berorientasi kepada peningkatan kesadaran sehingga klien akan mampu membuat putusan-putusan baru dan mengubah cara hidupnya (Kadek Maepin & Suarni, 2012).

Bimbingan kelompok analisis transaksional dapat dimanfaatkan untuk membantu mengatasi permasalahan dan mengembangkan kemampuan individu dalam berkomunikasi. Siswa sebagai individu dalam kehidupan sehari-hari membutuhkan

berkomunikasi dengan lingkungannya. Konselor sekolah dapat menyediakan berbagai layanan bagi siswa agar siswa dapat berkembang secara optimal. Bimbingan kelompok analisis transaksional merupakan salah satu cara yang dapat digunakan konselor dalam membantu siswa menyelesaikan permasalahannya, termasuk kemampuan komunikasi. Berikut beberapa manfaat yang dapat di peroleh melalui bimbingan kelompok analisis transaksional;

- a. Membantu siswa mengembangkan sikap yang lebih positif dan keterampilan interpersonal yang lebih baik dalam berinteraksi dengan orang lain sehingga dapat membantu pencapaian tugas perkembangan.
- b. Menggunakan analisis *ego state* untuk memfasilitasi perubahan perilaku.
- c. Menggunakan analisis *life position* untuk membantu siswa dalam mengentaskan masalah-masalahnya.
- d. Membantu siswa menggunakan *ego state* yang tepat sesuai dengan kondisi yang dialami, dan mengentaskan masalahnya.
- e. Membantu siswa mencapai *life position* Saya OK, Kamu OK.

Pendekatan konseling Analisis transaksional salah satu pendekatan yang menekankan pada hubungan interaksional mencakup aspek-aspek kepribadian dan dinamika sosial yang disusun berdasarkan pengalaman. Pendekatan AT dalam mencapai tujuan mengarahkan siswa fokus pada situasi “di sini dan sekarang”, dengan mengajarkan pemodelan perilaku yang tepat, dan membantu siswa menetapkan tujuan pribadi yang akan memberikan perubahan pada perilaku yang lebih tepat.

## PENUTUP

Pada setiap perkembangan kehidupan manusia tidak berjalan dengan lancar, namun membutuhkan bimbingan dan arahan. Siswa sebagai individu yang sedang berkembang adakalanya juga menghadapi berbagai masalah. Keberadaan konselor sebagai tenaga profesional diharapkan senantiasa meningkatkan kompetensinya, antara lain melalui kegiatan pelatihan. Diharapkan dengan adanya pelatihan konselor akan dapat memberikan layanan yang optimal terhadap siswa dalam mencapai perkembangannya. Bimbingan kelompok *Ego-state* yang dikembangkan dari konsep teori Analisis transaksional Erick Berne merupakan suatu cara yang dapat memperkaya konselor

dalam memberikan layanan bagi siswa. Bimbingan kelompok *ego-state* mempunyai keunggulan untuk membentuk *life position* individu yang sesuai dengan tuntutan perkembangannya. Layanan bimbingan kelompok *ego-state* akan membelajarkan siswa untuk menampilkan *ego-state* yang sehat dan *ego-state* yang *adult*. Dengan demikian siswa dapat menampilkan komunikasi secara lebih efektif.

## DAFTAR PUSTAKA

- Banez, Lynn Haley & Brown Sherlon & Molina Bogusia. (1999). *Association for Specialists in Group Work Principles for Diversity-Competent Group Workers*.
- Berg Robert C, Landrent Garry L & Kevin A. Fall. (2006). *Group Counseling Concepts and Procedures*. New York. Published in Great Britain by Routledge Taylor & Francis Group.
- Berg, Robert C & Landrenth GL & Fall, Kevin A. (2006). *Group Counseling*. New York. Routledge Taylor & Francis Group.
- Corey, G., Corey, M. S., Callahan, P., & Russell, J. M. (2010). *Group techniques* (4th ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Corey, M. S., Corey, G., & Corey, C. (2009). *Groups: Process and practice* (8th ed.). Pacific Grove, CA: Brooks/Cole.
- Efendi, G. (2017). Kompetensi Sosial Guru Bk/Konselor Sekolah (Studi Deskriptif Di Sma Negeri Kota Padang). *Konselor*, 2(1), 162–166.  
<https://doi.org/10.24036/0201321885-0-00>.
- Jacobs E, Masson Robert L & Harvill Riley L. & Schimmel Christine. (2012). *Group Counseling Strategies and Skills*. West Virginia University. Brooks/Cole, Cengage Learning. Publisher: Linda Schreiber-Ganster.
- Kadek Maepin, N., & Suarni, K. (2012). Penerapan konseling analisis transaksional dengan teknik role playing untuk meminimalisasi perilaku bullying siswa. Retrieved from <https://media.neliti.com/media/publications/246867-penerapan-konseling-analisis-transaksion-ac5aaa05.pdf>.
- Mudjiran, dkk (2007). *Perkembangan Peserta Didik*. Padang. UNP Press.

- Natawidjaja, Rochman. (2009). *Konseling Kelompok Konsep Dasar dan Pendekatan*, Bandung. Rizqi Press.
- Putri, E. I. E. (2017). Merangsang Rasa Tanggungjawab dengan, *1*(1), 58–70.
- Rusmana, Nandang. (2009). *Bimbingan dan Konseling Kelompok di Sekolah (Metode, Teknik dan Aplikasi)*. Bandung. Rizqi Press.
- Rusmana, Nandang. (2009). *Konseling Kelompok Bagi Anak Berpengalaman Trauma*. Bandung. Rizqi Press.
- Sanktrock, J.W. ( 2007). *Perkembangan Anak. Jilid 1 Edisi Kesebelas*. Jakarta: Erlangga.
- Sarwono, S. W (2010). *Psikologi Remaja*. Jakarta. Grasindo Persada.